

3月給食たより



おうちの人
よみましょう

香芝市

寒^{さむ}さもやわらぎ、少^{すこ}しずつ春^{はる}の陽^{よう}気^きを感じる季節^{きせつ}になってきました。三^{さん}学期^{がっき}も残^{のこ}りわずかです。一年^{いちねんかん}間^{かん}をふり返^{かえ}り、でき^かるよ^うにな^なったこと、これ^これから^かんば^りたいこと^{こと}を考^{かんが}えて^えて^てみま^しょう。



ねんかん
1年間^{ねんかん}をふりかえ^かって^てみま^しょう! ~でき^かたこと^{こと}に^にチェ^ちック^くして^てみま^しょう~

<p>①毎日朝^{まいにちあさ}ごはん^たを^たべ^た。</p>	<p>②食^たべる前^{まえ}に石^{せつ}けん^{けん}で^でき^きちん^{ちん}と手^て洗^{あら}い^いを^をす^するこ^こと^とが^ができ^きた。</p>	<p>③苦^{にが}手^てな^なも^もの^のも^も <input type="checkbox"/></p> <p>が^がん^んば^ばっ^つて^て食^たべ^た。</p>
<p>④マ^まナー^{ナー}を^を守^{まも}っ^つて^て、み^みん^んな^なで^で た^たの^のく^くし^しょ^ょく^くが^ができ^きた。</p>	<p>⑤感^{かん}謝^{しゃ}の^の気^き持^もち^ちを^をこ^こめ^めて^て あい^{あい}さ^さつ^つが^ができ^きた。</p>	<p>いく^いつ^つで^できて^ていま^まし^した^たか? 健^{けん}康^{こう}に^に毎^{まい}日^{にち}を^をす^すご^ごせ^せる^るよ^よう^う に^に、で^でき^きな^なか^かつ^つた^たこ^こと^とが^があ^ある^る ひ^ひと^とは^は少^{すこ}し^しず^ずつ^つで^でき^きる^るこ^こと^とが^が ふ^ふぞ^ぞう^うえ^える^るよ^よう^うに^に、い^いし^しき^きし^して^てみ^みま^ま し^しょう。</p>



3月3日^{がつみっか}のひなまつりは、「桃^{もも}の節^{せつ}句^く」と^と呼^よば^ばれ^れ、ひ^{にんぎょう}な^な人^{かざ}形^{かざ}を^を飾^{かざ}っ^つて^て、こ^この^のこ^この^の成^{せい}長^{ちやう}と^と幸^{しあわ}せ^せを^を願^{ねが}う^う日^ひと^とさ^され^れて^てい^いま^ます。も^もと^とも^もと^とは^は、人^{にんぎょう}形^{かざ}に^に災^{わざわ}い^いを^をうつ^{うつ}し^し川^{かわ}に^に流^{なが}す^す「な^なが^がし^しび^びな^な」が^がは^はじ^じまり^りだ^だと^とい^いわ^われ^れて^てい^いま^ます。

はまぐり^{うしおじる}の潮^{しほ}汁^{じゆ}



はまぐり^{まい}の^{かい}2^つ枚^{まい}の^{ほか}貝^{かい}が^あら^あは^あ対^{たい}にな^なっ^つて^てい^いて^て、他^{ほか}の^{かい}貝^{かい}と^あは^あか^かみ^み合^あわ^わな^ない^いこ^こと^とから、夫^{ふう}婦^{ふう}の^{なか}仲^{なかつ}の^よ良^よさ^さを^をあ^あら^あわ^わす^すと^と考^{こう}え^えら^られ^れて^てい^いま^ます。こ^この^のこ^こと^とから、将^{しょう}来^{らい}、素^{すて}敵^{てき}な^なパ^ぱー^あト^とナ^なー^いと^い巡^{めぐ}り^あ合^あえ^える^るよ^よう^うに^にの^の願^{ねが}い^いが^が込^こめ^めら^られ^れて^てい^いま^ます。



えすていーじーず しょく

SDGsと食 ~わたしたちにできること~

せつてん せつすい えすていーじーず
~節電・節水でSDGs~



ひるま しょうめい み け すいどう だ せつてん
昼間の照明や見ないテレビはこまめに消す、水道の出っぱなしをやめるなど、節電・

せつすい つと しーおーふーさくげん やくだ ちきゅうおんだん かたいさく しょくせいかつ しょつき あら とき
節水に努めることはCO2削減に役立ち、地球温暖化対策になります。食生活でも食器を洗う時など、
せつすい くふう
節水の工夫をしてみましょう。



こんげつ みやぎけん きょうどりようり
今日は 宮城県の郷土料理 です



「あぶらふとんぶり」の油麩は、宮城県の北部にある登米地方に昔から伝わ
る食材です。小麦粉に含まれるたんぱく質である、グルテンという成分を油で揚
げて作るあげ麩です

昔から油麩は夏の食材として食べられてきました。冷蔵設備が整っていない
時代、夏の油揚げや豆腐はすぐに傷んでしまうため、代わりになる食材として
油麩が食べられてきました。

3月15日(金)給食

- ・あぶらふとんぶり
- ・ぎゅうにゅう
- ・キャベツのおひたし
- ・ずんだもち



《奈良県で収穫されたものや加工品》

こめ パン、穀物酢、ソテーオニオン、ふしそめん、青ねぎ、
やまと 鶏卵
大和まな、鶏卵

《香芝市で収穫されたものや加工品》

米粉、大根

香芝市学校給食用食材の産地と原材料・アレルギー情報を、教育委員会のホームページに掲載しています。

幼稚園・小学校から
中学校へ

つながる食育

~中学校給食センター~

幼稚園・小学校の給食は小学校で作っていますが、中学校給
食は、「広陵町・香芝市共同中学校給食センタースマイル」でつ
くり、配送しています。広陵町2校、香芝市4校合わせて約4,000食分を調理しています。



みなさんが毎日食べている給食は、みなさんの成長に見合った量になっています。

例えばごはんの量は 幼稚園140g 小学校175g 中学校220g



というように学年に合わせて多くなっていきます。

中学生は心身ともに成長する時期で、その分たくさんの栄養を必要とし、そんな3年間に合わせ
た給食を給食センターから毎日お届けします。

またセンターでは小学校にはなかった焼き物機や蒸し機があり、新しいメニュー
も登場します。新しい環境の中で、新たなメニューをクラスのみんなで味わって
ください。3年後はとっても成長した姿になっていることでしょう。将来の自分の
ためにもしっかり食べて、楽しい給食時間を過ごしましょう。

